

## بروتوكول إعادة افتتاح البطولات الرياضية للشباب

### آخر التحديثات:

20/20/8: تم التحديث لإزالة الرياضات الجماعية من قائمة الكيانات التي لا ينطبق عليها هذا البروتوكول.

20/12/8: تم التحديث للسماح للاعبين بإزالة أغطية الوجه أثناء فترات الجهد الشديد (تم تمييز التغييرات باللون الأصفر).

20/6/8: تم التحديث لتوضيح أنه يجوز للشباب ركل الكرة أو رميها ذهابًا وإيابًا بين أزواج من اللاعبين، ولكن ليس كتنشيط جماعي (تم تمييز التغييرات باللون الأصفر)

تتبنى إدارة الصحة العامة في مقاطعة لوس أنجلوس نهجًا مرحليًا، مدعومًا بالخبرة العلمية والصحية العامة، للسماح بإعادة فتح أماكن معينة بأمان. المتطلبات أدناه خاصة ببرامج الشباب الرياضية المسموح بفتحها بأمر من مسؤول الصحة العامة بالولاية. بالإضافة إلى الشروط التي يفرضها الحاكم على هذه البرامج المحددة، يجب أن تتوافق هذه الأنواع من البرامج أيضًا مع الشروط المنصوص عليها في هذه القائمة المرجعية لألعاب الشباب الرياضية.

لاحظ أن هذا البروتوكول ينطبق على البطولات الرياضية الترفيهية للشباب، ورياضات الأندية، ورياضات السفر، والرياضات التي ترعاها المدارس الخاصة والعامة التي تخدم الطلاب في المدارس من روضة الأطفال وحتى المرحلة الثانوية. هذا البروتوكول غير مخصص للاستخدام من قبل الاتحادات الرياضية للبالغين، أو رياضة البالغين للهواة، والتي يجب أن تظل مغلقة وفقًا لأمر مسؤول الصحة بالولاية. **يجب أن تتم جميع الأنشطة الرياضية للشباب في الهواء الطلق حتى إشعار آخر.**

الرجاء ملاحظة ما يلي: قد يتم تحديث هذا المستند كلما توفرت معلومات ومصادر إضافية، لذا تأكد من مراجعة موقع الويب الخاص بمقاطعة لوس أنجلوس <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/> بانتظام لأية تحديثات لهذا المستند.

تغطي هذه القائمة المرجعية ما يلي:

- (1) حماية ودعم صحة الموظف والزبون
- (2) ضمان التباعد الجسدي المناسب
- (3) ضمان مكافحة العدوى بشكل صحيح
- (4) التواصل مع الجمهور
- (5) ضمان الوصول العادل للخدمات

يجب معالجة هذه المجالات الرئيسية الخمسة بينما يقوم برنامجك بتطوير أي بروتوكولات لإعادة الفتح.

يجب على جميع الفرق الرياضية للشباب تنفيذ جميع التدابير المعمول بها المدرجة أدناه والاستعداد لشرح سبب عدم تطبيق أي إجراء لم يتم تطبيقه.

اسم فريق الشباب الرياضي/الدوري:

اسم المدرب وعنوان المنشأة:

### أ. تدابير لضمان سلامة اللاعب والمدرّب

- مطلوب التباعد الجسدي لسته (6) أقدام بين كل لاعب وبين اللاعبين والمدربين في جميع الأوقات.** تقتصر الأنشطة الرياضية للشباب على الأنشطة التي تمكن جميع اللاعبين والمدربين من الحفاظ على تباعد جسدي لا يقل عن ستة أقدام بين بعضهم البعض في جميع الأوقات، ومسافة ثمانية أقدام خلال أوقات الجهد البدني الثقيل. تشمل هذه الأنشطة - على سبيل المثال لا الحصر - أنشطة التدريب والتكيف وبناء المهارات. لا يمكن ممارسة الرياضة القائمة على التلامس بالطريقة نفسها التي كان يتم ممارستها قبل COVID-19.
- يجب على جميع اللاعبين والمدربين وأفراد العائلة والزوّار ارتداء غطاء الوجه المناسب الذي يغطي الأنف والقم في جميع الأوقات، باستثناء أثناء السباحة أو الاستحمام أو الأكل/الشرب، **أو عند الانخراط في مجهود بدني شديد (مع الحفاظ على تباعد لمسافة 8 أقدام أو أكثر من الآخرين)** أو الانخراط في ممارسة بدنية منفردة (مثل الركض من قبل الشخص بمفرده). ينطبق هذا على جميع البالغين والأطفال من عمر سنتين فما فوق. لا يجوز استخدام الكمادات المزودة بصمامات أحادية الاتجاه. يعفى الأشخاص الذين تلقوا تعليمات بعدم ارتداء غطاء الوجه من قبل مقدم الرعاية الطبية بسبب حالة طبية أو حالة صحية نفسية أو إعاقة تمنع من ارتداء غطاء الوجه. يجب على اللاعبين أخذ استراحة من التمرين إذا لوحظت أي صعوبة في التنفس ويجب عليهم تغيير كماداتهم أو أغطية الوجه الخاصة بهم إذا أصبح رطبًا ويلتصق بوجه اللاعب ويعيق التنفس. لا يُنصح بالكمادات التي تقيد تدفق الهواء تحت الجهد الثقيل (مثل أقنعة N-95) لممارسة الرياضة.
- يتم إجراء الفحص قبل أن يقوم اللاعبون والمدربون بالمشاركة في الأنشطة الرياضية للشباب. يجب أن تشمل الفحوصات إجراء فحص للحمى والسعال وضيق في التنفس وصعوبة في التنفس والحُمى أو القشعريرة، وما إذا كان الشخص قد اتصل بشخص معروف إصابته أو يشتبه في إصابته بفيروس كورونا الجديد (COVID-19) في آخر 14 يومًا. يمكن إجراء هذه الفحوصات شخصيًا أو من خلال طرق بديلة مثل أنظمة تسجيل الوصول عبر الإنترنت أو من خلال **اللافتات** المنشورة عند مدخل المنشأة والتي تنص على منع الزوّار الذين يعانون من هذه الأعراض من الدخول إلى المبنى.
- إذا لم يكن الشخص يعاني من أعراض ولم يتواصل مع حالة معروف إصابته أو يشتبه في إصابته بـ COVID-19 في آخر 14 يومًا، فيمكن السماح له للمشاركة في ذلك اليوم.
- إذا كان الشخص قد اتصل مع حالة معروف إصابته أو يشتبه في إصابته بـ COVID-19 في آخر 14 يومًا، فيجب إرساله إلى المنزل على الفور ومطالبتة بالحجر الصحي في المنزل. قم بتزويدهم بتعليمات الحجر الصحي الموجودة على [ph.lacounty.gov/covidquarantine](https://ph.lacounty.gov/covidquarantine).
- إذا أظهر الشخص أيًا من الأعراض المذكورة أعلاه، فيجب إعادته إلى المنزل على الفور ومطالبتة بالعزل المنزلي. قم بتزويدهم بتعليمات العزل الموجودة على [ph.lacounty.gov/covidisolation](https://ph.lacounty.gov/covidisolation).
- حتى إشعار آخر، يجب أن تتم جميع الأنشطة الرياضية للشباب في الهواء الطلق فقط. يجوز أن تستخدم الفرق مظلة أو أي مأوى شمسي آخر، ولكن فقط إذا لم تكن جوانب المظلة أو المأوى الشمسي مغلقة وكان هناك حركة الهواء كافية في الهواء الطلق.
- لا يُسمح في الوقت الحالي بجميع الأحداث الرياضية للشباب، بما في ذلك البطولات أو الأحداث أو المسابقات. يُسمح بممارسة الألعاب بين لاعبين من نفس الفريق (الألعاب بين أعضاء الفريق و/أو المشاحنات و/أو المباريات) للرياضات غير المتصلة فقط. تشمل الرياضات غير المتصلة تلك الرياضات التي تسمح لجميع اللاعبين في اللعبة، أو المشاحنة أو المباراة للحفاظ على مسافة 8 أقدام بين بعضهم البعض أثناء المنافسة (على سبيل المثال، مباريات التنس الفردي، ومباريات الجولف، وبعض أحداث المضمار والميدان).
- تمت إعادة تشكيل أي مناطق يجلس فيها اللاعبون خارج الملعب أو خارج الملعب (على سبيل المثال، مقاعد البدلاء، مقاعد الفرق، مكان التمارين) لإنشاء مقاعد إضافية بحيث يتمكن اللاعبون والموظفون من الحفاظ على تباعد جسدي يبلغ 6 أقدام أثناء تواجدهم في المنطقة.
- يجب أن تضمن برامج الرياضات الشبابية بقاء اللاعبين في مجموعة مستقرة من أجل الحد من خطر انتقال العدوى (انظر **إرشادات مراكز السيطرة على الأمراض عن المدارس والفرق الجماعية**).
- ضع في اعتبارك إعادة تصميم الأنشطة الرياضية للشباب لمجموعات أصغر وإعادة ترتيب أماكن التمرين واللعب للحفاظ على الفصل الجسدي.
- إلى أقصى حد ممكن عمليًا، يتم تشجيع اللاعبين على إحضار معداتهم الخاصة (على سبيل المثال، مضارب البيسبول ونوادي الجولف والمضارب) للممارسة بها وعدم مشاركتها. يجوز للاعبين الانخراط في مشاركة معدّات، مثل ركل كرة قدم بين اللاعبين أو رمي كرة بيسبول أو كرة قدم أو الطبق الطائر كجزء من تمارين بناء المهارات. ومع ذلك، يجب أن تكون مشاركة المعدّات بهذه الطريقة فقط بين أزواج محددة من اللاعبين، وليس كنشاط جماعي. إذا كان يجب مشاركة المعدّات، يتم تطهيرها بين الاستخدام من قبل أشخاص مختلفين لتقليل خطر انتشار COVID-19.
- لا يتم تشجيع اللاعبين والمدربين والموظفين على الاتصال الجسدي غير الضروري مع بعضهم البعض (على سبيل المثال، ضرب

# إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس

## أمر مسؤول الصحة



الكوف، المصافحة، خبط القبضات) للحد من احتمالية انتشار المرض.

- يجوز للفرق الرياضية التي يمكنها الوصول إلى الحمام الداخلي ومرافق الخزانة الوصول إليها لأغراض الانخراط في نظافة اليدين وتغيير الملابس والاستحمام واستخدام الحمامات. تقسيم الزيارات إلى غرفة تغيير الملابس أو الحمامات للسماح بالتباعد الجسدي أثناء التواجد في الداخل.
- يتم تعقيم أي غرف تغيير الملابس أو الحمامات قيد الاستخدام بشكل متكرر، وفقاً للجدول التالي:
- غرف تغيير الملابس:

الحمامات:

أخرى:

- يجب على اللاعبين والمدربين استخدام معقم اليدين عندما يكون غسل اليدين غير ممكن. يجب فرك المعقم في اليدين حتى يجف تماماً. ملحوظة: يعد غسل اليدين المتكرر أكثر فعالية من استخدام معقم اليدين، خاصة عندما تكون الأيدي متسخة بشكل واضح.
- يجب على الأطفال دون سن 9 استخدام معقم اليدين تحت إشراف الكبار. اتصل بمراقبة السموم إذا تم استهلاكها: 800-222-1222-1. يُفضل استخدام معقمات الأيدي القائمة على الكحول الإيثيلي وينبغي استخدامها عندما يكون هناك احتمال لاستخدام الأطفال دون إشراف. معقمات الأيزوبروبيل أكثر سمية ويمكن امتصاصها من خلال الجلد.
- شجع اللاعبين على إحضار زجاجات المياه الخاصة بهم المعبأة مسبقاً والتي يمكن إعادة استخدامها أو شراءها. تتوفر نوافير المياه لملء زجاجات المياه فقط. لا يجب على اللاعبين الشرب من نفس حاوية المشروبات أو مشاركة المشروبات.
- عند اختيار منتجات التنظيف، استخدم المنتجات المعتمدة للاستخدام ضد COVID-19 في القائمة "N" المعتمدة من وكالة حماية البيئة (EPA) واتبع تعليمات المنتج. تحتوي هذه المنتجات على مكونات أكثر أماناً للأشخاص المصابين بالربو.
- استخدم المطهرات المصنفة لتكون فعالة ضد مسببات الأمراض الفيروسية الناشئة، باتباع توجيهات الملصق لمعدلات التخفيف المناسبة وأوقات الاتصال. قم بتقديم تدريباً للموظفين على مخاطر المواد الكيميائية، وتوجيهات الشركة المصنعة، ومتطلبات Cal/OSHA للاستخدام الآمن.
- يجب أن يكون موظفو النظافة المسؤولون عن تنظيف الموقع وتطهيره مجهزين بمعدات الحماية المناسبة، بما في ذلك القفازات، وحماية العين، وحماية الجهاز التنفسي، وغيرها من معدات الحماية المناسبة على النحو المطلوب في تعليمات المنتج. يجب الاحتفاظ بجميع المنتجات بعيداً عن متناول الأطفال وتخزينها في مساحة لا يسهل الوصول إليها.
- تم إخبار جميع الموظفين بعدم القدوم إلى العمل إذا كانوا مرضى، أو إذا تعرضوا لشخص مصاب بـ COVID-19. يتفهم الموظفون اتباع إرشادات إدارة الصحة العامة للعزل الذاتي والحجر الصحي - إن أمكن. تمت مراجعة وتعديل سياسات الإجازات في مكان العمل لضمان عدم معاقبة الموظفين عند إقامتهم في المنزل بسبب المرض.
- يتم تزويد العمال بمعلومات عن استحقاقات الإجازة التي يراها صاحب العمل أو الحكومة التي قد يحق للموظف الحصول عليها مما يجعل من السهل مالياً البقاء في المنزل. يرجى الاطلاع على المعلومات الإضافية في [البرامج الحكومية](#) التي تدعم الإجازات المرضية وتعويضات العمال عن حالات التعرض لـ COVID-19 التي حدثت بين 19 مارس و 5 يوليو، بما في ذلك حقوق الإجازات المرضية للموظفين بموجب [قانون الاستجابة الأول الخاص بالعائلات لفيروس كورونا](#) وحقوق الموظف في استحقاقات تعويضات العمال واقتراض صلة العمل للتعرض لـ COVID-19 وفقاً لأمر الحاكم التنفيذي N-62-20.
- عند إبلاغك أن اختبار واحد أو أكثر من الموظفين أو المدربين أو اللاعبين إيجابي، أو لديه أعراض تتوافق مع (حالة) COVID-19، فإن الفريق لديه خطة أو بروتوكول للحالة (الحالات) [يعزل أنفسهم بالمنزل](#) في المنزل ويطلب على الفور [الحجر الصحي الذاتي](#) من جميع الموظفين الذين تعرضوا في مكان العمل الخاص بالحالة (الحالات). يجب على خطة الفريق أو البطولة أن تأخذ في الاعتبار بروتوكولاً لجميع الأشخاص المعزولين للوصول إلى أو إجراء اختبار COVID-19 لتحديد ما إذا كانت هناك حالات تعرض إضافية في مكان العمل، والتي قد تتطلب تدابير إضافية لمكافحة COVID-19. راجع إرشادات الصحة العامة حول [الاستجابة لـ COVID-19 في مكان العمل](#).
- يتم [فحص الموظفين](#) قبل دخول الموظفين إلى مساحة العمل. يجب أن تتضمن الفحوصات إجراء فحص بخصوص السعال وضيق في التنفس وصعوبة في التنفس والحمى أو القشعريرة وإذا كان الموظف على اتصال بشخص معروف إصابته بـ COVID-19 في آخر 14 يوماً. يمكن إجراء هذه الفحوصات عن بُعد أو شخصياً عند وصول الموظفين. يجب إجراء فحص درجة الحرارة في موقع العمل إذا كان ذلك ممكناً.

# إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس

## أمر مسؤول الصحة



- في حالة تحديد 3 حالات أو أكثر بين أعضاء فريق الرياضات الشبابية خلال فترة 14 يوماً، يجب على المدرب أو البطولة الإبلاغ عن هذه الحالات إلى إدارة الصحة العامة على الرقم 397-3993 (888) أو 240-7821 (213). إذا تم تحديد المجموعة في موقع العمل، فستبدأ إدارة الصحة العامة في استجابة المجموعة التي تشمل تقديم إرشادات وتوصيات لمكافحة العدوى، والدعم التقني وتدابير مكافحة الخاصة بالموقع. سيتم تعيين مديراً للحالات من الصحة العامة للتحقيق بشأن الحالات للمساعدة في توجيه الاستجابة.
- يُمنح الموظفون الذين لديهم اتصال بالآخرين - بدون تكلفة - غطاء الوجه المناسب الذي يغطي الأنف والفم. يجب أن يرتدي الموظف غطاء الوجه في جميع الأوقات خلال يوم العمل عندما يكون على اتصال أو من المحتمل أن يكون على اتصال بالآخرين. يجب على الموظفين الذين تلقوا تعليمات من مزودهم الطبي بعدم ارتداء غطاء للوجه ولكن يمكنهم ارتداء واقي الوجه مع ثنيه على الحافة السفلية، للامتثال لتوجيهات الولاية، طالما تسمح حالتهم بذلك. يفضل أن يتركب الثني لتحت الذقن. لا يجب استخدام الكمامات المزودة بصمامات أحادية الاتجاه. لا يحتاج الموظفون إلى ارتداء غطاء الوجه عندما يكون الموظف بمفرده في مكتب خاص أو حجرة ذات فاصل صلب يتجاوز ارتفاع الموظف عند وقوفه.
- يُطلب من الموظفين غسل أو استبدال أغطية الوجه يوميًا.
- تم تذكير الموظفين والمدربين وأعضاء فريق الشباب بالالتزام بإجراءات الوقاية الشخصية بما في ذلك ما يلي:

ابق بالمنزل عندما تكون مريضاً.

- ابق في المنزل حتى مرور 10 أيام على الأقل منذ ظهور الأعراض لأول مرة وبعد 24 ساعة على الأقل من التعافي، مما يعني اختفاء الحمى دون استخدام الأدوية الخافضة للحرارة وتحسن في الأعراض (على سبيل المثال، السعال وضيق في التنفس).

▪ إذا كان الاختبار إيجابياً لـ COVID-19 ولكن لا تعاني من أعراض، يجب عليك البقاء في المنزل حتى:

• بعد 10 أيام من تاريخ أول اختبار إيجابي، ولكن

• إذا ظهرت عليك أعراض، فأنت بحاجة إلى اتباع التعليمات الواردة أعلاه.

- اغسل يديك كثيرًا بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل. إذا لم يتوفر الماء والصابون، استخدم معقم اليدين الذي يحتوي على الكحول بنسبة 60% على الأقل. اغسل يديك قبل وجبات الطعام وبعد استخدام الحمام وبعد السعال والعطس.
- قم بتغطية السعال والعطس بمنديل، ثم تخلص منه ثم نظف يديك فورًا. إذا لم يكن لديك منديل، استخدم مرفقك (وليس يديك).
- لا تلمس فمك أو عينيك أو أنفك بأيدي غير مغسولة.
- تجنب الاتصال بالأشخاص المرضى.
- تجنب مشاركة عناصر مثل الهواتف أو الأجهزة الأخرى. إذا كان يجب مشاركة الأجهزة، فتأكد من مسحها بفضة مطهرة قبل وبعد مشاركتها.
- قم باستمرار بمراقبة مسافات عمك فيما يتعلق بالموظفين واللاعبين الآخرين. احرص دائمًا على الحفاظ على الحد الأدنى الموصى به للفواصل والذي يبلغ 6 أقدام عن الآخرين ما لم تتطلب مهام العمل المحددة تباعدًا أقل وارتداء غطاء الوجه القماشي عند العمل بالقرب من أو مع الآخرين.
- قم بتطهير الأشياء والأسطح التي تقوم بلمسها بشكل متكرر. يجب أن يتم ذلك كل ساعة خلال ساعات العمل.
- تم توزيع نسخ من هذا البروتوكول على جميع الموظفين والشباب والأسر.

### ب. بروتوكولات الصيانة

- التجمعات الجماعية ممنوعة، وتتم إزالة المقاعد والطاولات أو تطويقها نظرًا لأنه لا يمكن استخدامها.
- يتم تعقيم العناصر ذات الاستخدام المشترك بانتظام.
- يتم تعقيم المعدات ذات الاستخدام المشترك قبل وبعد كل استخدام.
- يتم تعقيم الحمامات بانتظام.
- تتوفر نوافير المياه لملء زجاجات المياه فقط.

### ج. بروتوكولات المراقبة

- يتم نشر لافتات تحتوي على التعليمات والمعلومات في جميع أنحاء المنشأة فيما يتعلق بمكافحة العدوى، والتباعد الجسدي واستخدام أغطية الوجه. توفر المنافذ الإلكترونية لبرنامج الرياضات الشبابية (الموقع الإلكتروني ووسائل التواصل الاجتماعي وما إلى ذلك) معلومات واضحة عن التباعد الجسدي واستخدام أغطية الوجه وغيرها من المسائل.

# إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس أمر مسؤول الصحة



- يتم نشر اللافتات التي توجه الزوّار إلى أنه يجب عليهم البقاء في المنزل إذا مرضوا بأعراض تنفسية.
- يراقب المدربون ومديرو البطولة الامتثال للقيود المنشورة.
- يُطلب من المشاركين المغادرة إذا لم يلتزموا بهذه القيود.

يجب إدراج أي تدابير إضافية غير مدرجة أعلاه في صفحات منفصلة، والتي يجب على منسق رياضات الشباب إرفاقها بهذا المستند.

يمكنك الاتصال بالشخص التالي لأية أسئلة أو تعليقات حول هذا البروتوكول:

رقم الهاتف:

اسم جهة اتصال القيادة  
الرياضية للشباب:

تاريخ آخر مراجعة: